DAFTAR ISI

Tema : Liburan

Pengertian

Hari libur atau liburan adalah suatu masa di mana orang-orang meluangkan waktu yang bebas dari pekerjaan atau dunia persekolahan. Umumnya liburan terjadi pada pertengahan tahun atau akhir tahun, juga pada hari raya. Dalam kondisi khusus seperti bencana alam, hari libur dapat ditetapkan oleh pemerintah.

Tips Sehat Saat Liburan

- **Membawa Obat-obatan**

Obat-obatan umum seperti obat untuk alergi, diare, mabuk perjalanan, batuk dan pilek juga penghilang rasa sakit sebaiknya dibawa. Cara ini adalah upaya pencegahan akan kemungkinan yang dapat terjadi selama perjalanan.

Kemudian, bila kamu memiliki obat khusus yang perlu diminum, selain membawanya, tulis juga resep obat tersebut. Jadi, bila tiba-tiba obat yang kamu bawa kurang, kamu bisa mencarinya di tempat kamu berlibur.

Selain itu, tidak ada salahnya untuk membawa kotak P3K dengan isi perban, termometer, gunting dan obat luka. Tidak lupa, krim tabir surya dan tisu juga sebaiknya dibawa.

- **Memerhatikan Menu Makan**

Mengonsumsi sajian yang tidak dimasak dengan benar dapat mengacaukan jadwal liburanmu. Karenanya, pilihlah makanan yang bersih, matang dan dimasak menyeluruh, serta hindari sajian cepat saji.

Bila bisa dicuci, sebaiknya bilas dahulu dengan air bersih sebelum menyantapnya. Dan ingat, makanan yang mudah busuk sebaiknya disantap tidak lebih dari 2 jam.Dengan menjaga tangan tetap bersih, penularan bakteri dan virus dapat diminimalkan dokter

- **Menjaga Tangan Tetap Bersih**

Salah satu langkah penting untuk mencegah terkena virus ataupun bakteri adalah dengan rajin mencuci tangan. Kamu bisa membawa hand sanitizer atau cairan pembunuh kuman saat air sulit ditemukan dalam perjalanan.

- **Kenakan Pakaian dan Sepatu yang Sesuai**

Bila kamu bepergian ke tempat dengan musim tertentu baik dingin maupun panas, bawalah pakaian yang sesuai. Di mana ada kemungkinan kamu jatuh sakit akibat cuaca.

Selanjutnya, agar perjalananmu nyaman, pilihlah alas kaki yang sesuai. Bila kamu akan sering berjalan selama liburan, pilih sepatu yang nyaman dan melindungi kakimu.

Manfaat Liburan

1. Menyegarkan tubuh, jiwa dan pikiran Anda
Liburan membuat tubuh, jiwa dan pikiran Anda kembali segar setelah jenuh melakukan aktivitas dan rutinitas sehari-hari.

2. Bertemu dengan orang-orang baru
Anda dapat bertemu dengan orang-orang yang belum pernah Anda temui sebelumnya dan menjadi teman baik mereka. Anda tidak tahu kapan suatu waktu Anda membutuhkan pertolongan mereka, bukan?

3. Membangkitkan semangat Anda
Liburan juga dapat mengembalikan gairah dan *mood* Anda menjadi lebih baik lagi dari sebelumnya. Usai liburan, Anda dapat kembali bekerja dengan semangat yang baru.

4. Menikmati waktu berkualitas dengan orang-orang tercinta dalam hidup Anda
Anda dapat memanfaatkan momen liburan sebagai ajang untuk menghabiskan waktu berkualitas dengan orang-orang tercinta dalam

hidup Anda. Anda dapat membangun ikatan yang lebih erat dengan mereka dan menikmati keindahan alam bersama saat liburan.

5. Mengagumi alam ciptaan Tuhan
Liburan juga menjadi ajang untuk bersyukur karena kebesaran Tuhan menciptakan alam semesta ini. Liburan membuat Anda menjadi lebih rendah hati, karena Anda akan merasa menjadi bagian kecil dari dunia yang begitu luas dan megah ini.

Contoh Destinasi Wisata

1. Taman Buah Mekarsari.

Taman Buah Mekarsari buka dari pukul 09.00 hingga 16.30 dan tarif masuknya adalah 25.000 rupiah. Tempat ini berlokasi di Jalan Raya Cileungsi, Jonggol. Pengunjung bisa naik kendaraan umum ke Cileungsi atau Jonggol, tetapi paling jauh hanya berhenti di Jembatan Cileungsi. **2. Kebun Raya Bogor**

Kebun Raya Bogor buka setiap hari dari pukul 08.00 hingga 17.00. Tempat ini berlokasi di Jalan Djuanda, Paledang, Bogor Tengah. Pengunjung bisa naik angkutan umum nomor 03 dari Stasiun Bogor dan turun di area dekat Kebun Raya. Tiket masuk ke Kebun Raya adalah 14.000 rupiah untuk wisatawan lokal dan 25.000 rupiah untuk wisatawan asing.

4. **Taman Safari Cisarua, Bogor**

Taman Safari Cisarua buka dari pukul 09.00 hingga 16.30, namun

pengunjung bisa mengikuti safari malam pada hari Sabtu, yaitu dari pukul 18.30 hingga 21.00. Tarif untuk mengikuti safari siang adalah 150.000 rupiah untuk orang dewasa dan 140.000 rupiah untuk anak-anak di bawah 6 tahun.

Tips Liburan Hemat

1. Riset

Jangan sepelekan riset sebelum Anda berpergian, carilah info sebanyak mungkin tentang obyek wisata yang akan kalian kujnungi, anda bisa mencarinya di blog2 traveling ataupun di forum2 traveling yang banyak di internet.

2. Budget

Satu hal yang penting untuk mengontrol pengeluaran yang tidak perlu adalah menentukan budget Traveling anda. Tentukan budget minimal yang diperlukan untuk transportasi, akomodasi, dan biaya makan sehari-hari, kemudian lebihkan sekitar 30% untuk jaga-jaga. Dengan adanya budget awal, Anda akan mendapat batasan dan terhindar dari biaya-biaya yang tidak perlu.

3. Gunakan transportasi umum

Jika memungkinkan, Hindari menggunakan transportasi pribadi dalam perjalanan traveling anda, selain untuk menghemat biaya pengeluaran, andapun akan lebih leluasa untuk berpindah obyek wisata satu ke yang lain, yang mungkin sulit untuk dilalui kendaraan pribadi tanpa harus memikirkan kendaraan anda.

4. Gunakan kereta atau bus

Apabila anda Backpacker sejati, Anda dapat memilih opsi ini. Dari pada menggunakan pesawat, lebih baik Anda menggunakan kereta atau bus yang biasanya lebih murah dari tiket pesawat. Dengan menggunakan kereta/bus, Anda sekaligus dapat menikmati pemandangan di luar sana.

5. Hindari paket wisata jika memungkinkan

Paket tur terkadang hanya melelahkan dibanding menyenangkan, karena jatah waktu untuk menjelajahi sebuah objek wisata seringkali dibatasi, sehingga terkadang kita merasa kurang puas. Untuk itu, sewalah kendaraan lokal untuk menjelajahi lingkungan tempat Anda berada, contohnya seperti sepeda, sepeda motor, atau angkot.

6. Perjalanan malam

Dengan memulai perjalanan pada malam hari, Anda dapat tidur di dalam kereta/bus malam, sekaligus untuk menghemat biaya menginap. Efektif apabila diterapkan untuk perjalanan jauh yang menghabiskan waktu berjam-jam.

7. Fleksibel terhadap waktu keberangkatan

Untuk tiket transportasi biasanya lebih murah apabila kita berangkat/pulang di hari kerja dari pada saat akhir pekan atau long weekend. Selain lebih murah, perjalanan anda juga akan terhindar dari kemamacetan dan tentunya akan menghemat waktu.

8. Gunakan kaki jika masih memungkinka

Datangi objek-objek wisata yang dekat dengan penginapan Anda dengan berjalan kaki, oleh karena itu pesanlah penginapan yang strategis dan dekat dengan objek wisata yang ingin Anda datangi, karena jika ingin berpindah dari Obyek wisata satu ke yang lain tidak memerlukan biaya lagi.

9. Cari penginapan murah yang layak

Pada opsi ini, anda dapat memanfaatkan situs internet yang menyediakan referensi penginapan atau hotel murah yang tentunya dekat dengan obyek wisata yang akan kalian kunjungi, dan biasanya akan ada diskon atau potongan harga pada setiap akhir bulan.

10. Bawalah makanan & botol air minum dari rumah

Bawalah bekal dari rumah, anda bisa membawa makanan dan minuman yang mudah dibawa dan tidak mengganggu perjalanan anda, seperti roti, snack, minuman sereal dan air mineral yang nantinya akan menghemat pengeluaran Anda.